ДИЕТА ПРИ ГИПЕРОКСАЛУРИИ

Наименование	Продукты и виды пищи	
	Рекомендуемые	Исключаемые
Сладкие блюда, фрукты	Сахар, мед, яблоки, виноград, черешня, вишня, персики, груши. Компот, кисель, соки	Шоколад, инжир
Мясо и птица	Нежирные сорта, преимущественно в отварном виде, паровом. Колбаса докторская, сосиски говяжьи, при нарушении канальцевых функций в первую половину дня.	
Рыба	Нежирная в отварном виде (судак, щука, треска, сазан (в любой кулинарной обработке)	Жирная, соленая, копченая, рыбные консервы, рыбные отвары
Яйца	Всмятку, паровой омлет, яичница, добавленные в блюда	Ограничить сырые и свареные
Молочные продукты	Молоко - преимущественно в блюда, кефир, простаквала, сметана в натуральном виде и в блюда	Ограничить в натуральном виде, творог, сыр
Хлеб	Обычной выпечки	
Сливочное и растительное масло, жиры	В натуральном виде и в блюда	
Крупа, макароны	Различные крупы, вермишель, макароны, домашняя лапша	
Бобовые		Ограничить
Овощи и зелень	Картофель, баклажаны, капуста, репа, свекла, огурцы, дыни, тыква, свежие винегреты	Щавель, шпинат, ревень. шиповник, черная смородина, маринованные
Супы	Куриные, мясные, рыбные, нежирные бульоны (с крупой, овощами, щи, борщ).	Зеленые щи из щавеля и шпината
Напитки	Не крепкий чай, чай с лимоном, соки: виноградный, яблочный, арбузный минеральные воды: Смирновская, Ессентуки	Крепкий чай, кофе, какао, чаи с молоком

РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ДИЕТОТЕРАПИИ УРАТУРИИ У ДЕТЕЙ

Наименование продуктов	Продукты и виды пищи	
	Рекомендуемые	Исключаемые
Мясо и птица	Нежирные сорта говядины, курица, цыплята в отварном виде, тефтели, пельмени, манты из предварительно вываренного мяса.	Мясной бульон, мозги, печень, консервы, колбасы, ветчина
Рыба	Нежирные сорта в отварном виде в первую половину дня I-2 дня в неделю.	Жирные сорта, жареная, соленая, рыбные консервы.
Молочные продукты	В натуральном виде все продукты и добавляемые в блюда.	
Яйца	В любом виде	
Жиры	Сливочное и растительное, в натуральном виде и добавляемые в блюда.	
Овощи	Свежие: морковь, тыква, огурцы, яблоки, персики, груши, вишня, дыни, арбузы.	Ограничивать соленья, орехи, горох, чечевицу, бобы, грибы, щавель, зеленый горошек.
Крупы, макароны	В любой кулинарной обработке	Ограничить при склонности тучности.
Супы, приправы	молочные, вегетарианские, картофельные с крупой, сборные овощные, щи, борщ со сметаной.	Мясные, рыбные, куриные бульоны, зеленые щи из щавеля.
Соусы	Нежирные, в вегетарианском отваре, заправленные сметаной или томатом.	На мясном бульоне, перец, хрен.
Фрукты и ягоды, сладкие блюда	Все фрукты и ягоды, в достаточном количестве, компоты, кисель, мармелад.	Сушеный урюк, и яблоки, шоколад.
Напитки	Не крепкий чай, фруктовые и ягодные соки, арбузы, виноградные соки Минеральные воды: Ессентуки-17, Смирновская, Боржоми, Нарзан.	Какао, кофе, отвар шиповника, крепкий чай. При сопутствующей г пероксалурии.
Хлеб и мучные изделия	Хлеб пшеничный и ржаной	Ограничивают сдобное тесто.